

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU
MEROKOK MAHASISWA LAKI-LAKI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



NASKAH PUBLIKASI

**Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Program Studi Strata I
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh :

BAGAS BIYANZAH DRAJAD PAMUKHTI

J 210 120 063

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2016

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU
MEROKOK MAHASISWA LAKI-LAKI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Oleh:

BAGAS BIYANZAH DRAJAD PAMUKHTI

J210120 063

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh

Dosen Pembimbing



Irdawati, S.Kep.,Ns.,M.Si.Med
NIK/NIDN. 753/06-1805-7001

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU
MEROKOK MAHASISWA LAKI-LAKI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

OLEH

BAGAS BIYANZAH DRAJAD PAMUKHTI

J 210 120 063

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Sabtu, 22 Oktober 2016
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dewan Penguji:

1. Irdawati, S.Kep.,Ns.,M.Si.Med

(.....)

(Ketua Dewan Penguji)

2. Supratman, M.Kep.,PhD

(.....)

(Anggota I Dewan Penguji)

3. Arief Wahyudi Jadmiko, S.Kep.,Ns.,M.Kep

(.....)

(Anggota II Dewan Penguji)

Dekan,



(Dr. Suwaji, M.Kes.)

NIP.195311231983031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabilakelak terbukti ada ketidakbenaran dalam penyataan diatas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 30 Oktober 2016

Penulis


Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti

J 210 120 063

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU MEROKOK MAHASISWA LAKI-LAKI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Abstrak

Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Secara umum stres dapat digolongkan menjadi tiga yaitu tekanan fisik, tekanan psikologis, dan sosial ekonomi. Pada mahasiswa umumnya tekanan yang dialami adalah tekanan psikologis dimana seorang mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademis yang harus dihadapi. Stres secara psikologis dapat menimbulkan reaksi cemas, jengkel, sedih, agresif, bingung dan kurang konsentrasi. Mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri terhadap tekanan psikologis dengan baik akan cenderung mencari pelampiasan kearah yang negatif, salah satunya adalah perilaku merokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Metode penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*, jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa laki-laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2013 dengan Sampel sebanyak 60 mahasiswa laki-laki menggunakan teknik *Proporsional Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan checklist yang dianalisa menggunakan uji korelasi *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres ringan 63.3%, sedang 35% dan stres berat 1.7% sedangkan mahasiswa yang merokok sebanyak 46.7% dan yang tidak merokok sebesar 53.3% dari 60 responden. Hasil uji korelasi *Kolmogorov-Smirnov* diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 2.553 dengan nilai signifikansi (*p-value*) adalah 0.001, ($0.001 < 0.05$) maka H_0 ditolak. Kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini juga menunjukkan nilai *R square* sebesar 0.436, artinya tingkat stres mempengaruhi perilaku merokok mahasiswa sebesar 43.6% dan sisanya dipengaruhi faktor lain.

Kata Kunci : Stres, Merokok, Mahasiswa

Abstracts

Stress is a physical and psychological reaction to any demands that cause tension and disrupt the stability of daily life. In general, the stress can be classified into three namely physical stress, psychological stress, and socio-economics. In general, the pressure experienced student is psychological pressure in which a student has a variety of academic demands that must be faced. Psychological stress can cause anxiety reactions, upset, sad, aggressive, confused and lack of

concentration. Students who can not adjust to the psychological pressure well will tend to seek an outlet towards the negative, one of which is smoking behavior. This study aims to determine the relationship between stress levels and smoking behavior of male students of the Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Surakarta. This research method is descriptive correlation with cross sectional approach, this type of research is quantitative research. The population in this study were male students of the Faculty of Health Sciences University of Muhammadiyah Surakarta force in 2013 with a sample of 60 male students using Proportional Random Sampling technique. Collecting data using a questionnaire and checklist were analyzed using the Kolmogorov-Smirnov test correlation. The results showed that most students experience stress 63.3% mild, 35% moderate and 1.7% severe stress whereas students who smoke as much as 46.7% and non-smokers at 53.3% of 60 respondents. The results of correlation test Kolmogorov-Smirnov Kolmogorov-SmirnovZ values obtained for 2.553 with a value of significance (p-value) was 0.001, ($0.001 < 0.05$), then H_0 is rejected. The conclusion in this study is there is a relationship between stress levels and smoking behavior of male students of the Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Surakarta. This study also demonstrates the value of R square of 0.436, meaning that the level of stress affects smoking behavior of male students amounted to 43.6% and the rest influenced by other factors.

Keywords : Stress, Smoking, Students

1. PENDAHULUAN

Perilaku merokok dapat menyebabkan timbulnya penyakit yang dapat berujung pada kematian. Hal ini terjadi pada sekitar 6 juta orang per tahun. Lebih dari 5 juta kematian terjadi pada perokok aktif dan lebih dari 600.000 pada perokok pasif. Hal ini berarti setiap enam detik akan terjadi satu kasus kematian yang disebabkan racun pada rokok atau setiap menit tidak kurang sembilan orang meninggal akibat rokok. Diperkirakan pada tahun 2030 lebih dari 80% kematian akibat rokok terjadi di negara-negara berkembang (WHO dalam Lilfitriyani, 2014).

Menurut penelitian, Indonesia saat ini menduduki peringkat keempat dunia dengan jumlah penduduk terbanyak yang mengkonsumsi rokok. Sekitar 140 juta orang orang perharinya mengkonsumsi tembakau, dan konsumsi rokok mencapai 199 miliar batang rokok pertahun, akibatnya angka kematian mencapai 5 juta orang pertahun (Kholish, 2011)

Masa remaja akhir atau adolesen (18-21 tahun) merupakan masa dimana remaja memasuki peran-peran orang dewasa. Selama periode ini remaja

berusaha mengembangkan *sense of personality*. Remaja akhir mempunyai keinginan yang kuat untuk dapat diterima dalam kelompok teman sebaya dan orang dewasa. Sikap untuk dapat diterima teman sebaya inilah yang mempengaruhi remaja untuk cenderung mengikuti perilaku pergaulan dalam lingkungan teman dekatnya, salah satunya adalah perilaku merokok (Monks, 1991).

Remaja akhir atau mahasiswa umumnya merokok pada awalnya hanya sekedar mencoba-coba mengikuti teman sebaya dan pergaulannya, namun pada akhirnya menyebabkan kecanduan bahkan sulit untuk menghentikan perilaku merokoknya (Komasari & Helmi, 2000).

Masa remaja akhir khususnya mahasiswa merupakan masa yang rentan terhadap tekanan psikologis/kecemasan karena berbagai aspek seperti tuntutan akademis, faktor kepribadian, lingkungan, sosial budaya dan sebagainya, hal ini karena mahasiswa dituntut untuk dapat menyelesaikan tugas yang diberikan sesuai dengan kurikulum berbasis kompetensi yang ada, seperti tugas, ujian lab, ujian tertulis, jadwal kuliah yang padat dan tugas akhir dengan hasil yang baik (Santrock, 2003)

Salah satu penyebab utama stres dikalangan mahasiswa adalah tekanan dalam masalah akademik, keinginan mendapat nilai tinggi, dan mahasiswa selalu berusaha untuk tidak gagal dapat menimbulkan kecemasan. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademis yang baik maka kecenderungan stresnya rendah sedangkan mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademis yang buruk maka kecenderungan stresnya tinggi (Christyanti, 2010).

Berdasarkan survey pendahuluan oleh peneliti di Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Ilmu Kesehatan tidak ada mahasiswa yang merokok di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan karena terdapat peraturan yang melarang merokok di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sesuai SK Dekan FIK UMS nomor 928/KET/XII/2007 tentang peraturan larangan merokok di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan, akan tetapi saat berada di luar lingkungan FIK

masih ditemukan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan merokok di kantin, tempat parkir, warung makan dan sebagainya. Hal ini dibuktikan dari penelitian Rosita pada tahun 2012 mengatakan bahwa, Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 64,9% mahasiswanya merokok dan mahasiswa yang bukan perokok 35,1%.

Peneliti juga melakukan survey dengan wawancara terhadap mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan didapatkan alasan mengapa mahasiswa melakukan perilaku merokok dari 10 mahasiswa laki-laki yang dipilih secara random, 6 mahasiswa menjawab merokok untuk menghilangkan beban pikiran/stres dan stres yang dialami adalah masalah pribadi, teman sebaya dan masalah perkuliahan.

Berdasarkan pernyataan diatas peneliti ingin melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

2. METODELOGI PENELITIAN

2.1 RANCANGAN PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan studi korelasi. Studi korelasi merupakan penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau kelompok subjek. Dalam penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional* (Notoatmodjo, 2010).

2.2 POPULASI DAN SAMPEL

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2013. Jumlah populasi sebesar 154 mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2013. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 responden dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling*.

2.3 INSTRUMEN PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner dan angket.

2.4 ANALISIS DATA

Analisa data pada penelitian ini adalah univariat dan bivariat menggunakan uji Z.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

3.1.1 Distribusi Urutan Anak Dalam Keluarga

Tabel 1. Distribusi urutan anak dalam keluarga responden bulan Juli 2016

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Anak tunggal	3	5
Anak pertama	19	31.7
Anak kedua	24	40
Anak ketiga	12	20
Anak keempat	2	3.3
Total	60	100.0

3.1.2 Distribusi Tempat Tinggal Responden

Tabel 2. Distribusi Tempat Tinggal responden bulan Juli 2016

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Kost	41	68.3
Orang tua	18	30
Rumah saudara	1	1.7
Total	60	100

3.2 Analisis Univariat

3.2.1 Distribusi Tingkat Stres

Tabel 3. Distribusi Tingkat Stres Responden bulan Juli 2016

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	38	63.3
Sedang	21	35
Berat	1	1.7
Total	60	100

3.2.2 Distribusi Perilaku Merokok Mahasiswa

Tabel 4. Distribusi perilaku merokok Mahasiswa bulan Juli 2016

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Merokok	28	46.7
Tidak merokok	32	53.3
Total	60	100

3.3 Analisis Bivariat

Tabel 5. tingkat stres * perilaku merokok Crosstabulation

		perilaku merokok		Total	
		ya	Tidak		
tingkat stres	Ringan	Count	8	30	38
		Expected Count	17.7	20.3	38.0
		% within tingkat stres	21.1%	78.9%	100.0%
	sedang	Count	19	2	21
		Expected Count	9.8	11.2	21.0
		% within tingkat stres	90.5%	9.5%	100.0%
	berat	Count	1	0	1
		Expected Count	.5	.5	1.0
		% within tingkat stres	100.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	28	32	60	
	Expected Count	28.0	32.0	60.0	
	% within tingkat stres	46.7%	53.3%	100.0%	

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa hasil analisis pada *crosstab* diatas diperoleh nilai *expected count* kurang dari 5 sebanyak 33.3% sehingga tidak layak diuji menggunakan uji *Chi-Square* tetapi menggunakan uji Z (*Kolmogorov-Smirnov*) (Dahlan, 2008)

Tabel 6 Uji Z

		perilaku merokok
Most Extreme Differences	Absolute	.694
	Positive	.000
	Negative	-.694
Kolmogorov-Smirnov Z		2.553
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan responden yang mengalami stres berat 100% merokok, stres sedang 90.5% merokok, sedangkan responden yang mengalami stres ringan 21.1% merokok, hasil tersebut terlihat bahwa perilaku merokok sangat dipengaruhi oleh tingkat stres mahasiswa.

Menurut Priyoto (2014) stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Gejala stres dibagi menjadi 2 yaitu, gejala fisik seperti nyeri dada, insomnia, mual dan lain-lain. Sedangkan gejala psikis antara lain cepat marah, ingatan melemah, perilaku agresif, reaksi berlebihan terhadap hal sepele dan lain sebagainya.

Dampak negatif yang dapat terjadi karena stres dapat dijelaskan menurut teori GAS (*general adaptation syndrom*) dari seyle. Terdapat 3 tahap dari GAS yaitu, tahap reaksi alarm, resistensi, dan kelelahan. Saat individu mengalami stres tubuh akan mengaktifkan GAS, semakin sering diaktifkan dan semakin lama proses bekerjanya dapat merusak mekanisme psikofisiologis pada individu. Hal ini dikarenakan tubuh dan otak manusia mempunyai keterbatasan, dimana jika dituntut untuk terus menerus melawan stres akan mencapai tahap kelelahan, bahkan kematian (Safaria & Saputra, 2009)

Stres secara psikologis dapat menimbulkan reaksi cemas, jengkel, sedih, agresif, bingung dan kurang konsentrasi (Molloy, 2010). Stres dapat disebabkan oleh berbagai faktor, menurut Hartono (2007) secara umum stres dapat digolongkan menjadi tiga yaitu tekanan fisik, tekanan psikologis, dan sosial ekonomi. Umumnya pada mahasiswa, tekanan yang dialami adalah tekanan psikologis dimana seorang mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademis yang harus dihadapi dan mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap tuntutan akademisnya cenderung memiliki stres yang tinggi (Christyanti, 2010).

Individu yang mengalami stres akan mencari pelampiasan masalahnya pada hal lain, pelampiasan tersebut dapat menjadi pelampiasan yang bersifat positif, seperti mendengarkan musik, tidur, bepergian bersama teman, bermain bersama teman, membaca, berenang, berolahraga, membaca buku dan sebagainya. Hal ini didukung oleh penelitian Dayfiventy & Nurhidayah (2012) yang mengatakan bahwa koping yang terbanyak dipilih oleh mahasiswa adalah menghindari dari situasi yang tidak menyenangkan (*escape avoidance*) dan tindakan yang paling banyak dipilih adalah mendengarkan musik, tidur, dan jalan-jalan. Sejalan pula dengan penelitian Sarafino (1998) dalam Safaria & Saputra (2009) yang mengatakan bahwa individu dapat mengatur respons emosinya dengan beberapa cara, seperti mencari dukungan emosi dari sahabat atau keluarga, melakukan aktifitas yang disukai, seperti olahraga atau menonton film untuk mengalihkan perhatiannya dari masalah.

Individu yang tidak dapat menyesuaikan diri terhadap tekanan psikologis atau stres dengan baik cenderung mencari pelampiasan kearah yang negatif, seperti melakukan perilaku merokok, minuman beralkohol, narkoba dan sebagainya. hal ini dibuktikan oleh penelitian Komasari & Helmi (2000) mengatakan bahwa merokok merupakan upaya-upaya pengatasan masalah yang bersifat emosional atau kecemasan yang dialihkan pada perilaku merokok. Awal mulannya saat pertama kali merokok, gejala yang biasa terjadi adalah batuk-batuk, pusing dan mual, tetapi para perokok pemula tersebut mengabaikan perasaan tersebut yang akhirnya menjadi kebiasaan, dan menjadi ketergantungan. Hasil ini sesuai dengan penelitian Kurnela (2014) di Pontianak dan Nasution (2007) di Medan yang mengatakan semakin tinggi tingkat stres seseorang maka perilaku merokok juga akan meningkat dan semakin besar stres yang dialami maka semakin banyak rokok yang dikonsumsi.

Menurut Aini (2013) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa merokok bagi remaja mempunyai kaitan yang erat dengan aspek psikologis terutama efek positif dari pada efek negatif seperti pusing, mengantuk, dan pahit. Hasil ini menunjukkan bahwa subjek merasakan kepuasan emosi setelah merokok

yaitu senang, relaksasi dan kenikmatan rasa. Hal ini yang menjadi salah satu faktor sulitnya perokok untuk berhenti dari perilaku merokoknya

Dalam penelitian ini didapatkan mahasiswa yang mengalami stres ringan yang merokok sebanyak 21.1%. meskipun mengalami stres ringan mahasiswa tersebut tetap melakukan perilaku merokok, hal ini membuktikan disamping stres terdapat faktor lain yang menyebabkan perilaku merokok.

Tempat tinggal merupakan salah satu faktor penyebab perilaku merokok, khususnya mahasiswa yang sudah mulai tinggal terpisah dari orang tua dan tinggal di kost. Menurut Lazarus dalam Safaria & Saputra (2009) mengatakan bahwa ketika individu berhadapan dengan lingkungan baru atau situasi yang penuh tekanan maka akan melakukan penilaian awal (*primary appraisal*) untuk menentukan apakah lingkungan atau kejadian tersebut sebagai hal positif, netral atau negatif. Setelah itu individu akan melakukan penilaian sekunder (*secondary appraisal*) yaitu pengukuran terhadap individu dalam mengatasi tekanan yang ada. Dalam hal ini mahasiswa yang tinggal di kost bersama teman-temannya yang merokok akan mengidentifikasi perilaku tersebut dan memutuskan apakah akan menerima perilaku tersebut dalam kehidupannya atau menolaknya.

Remaja khususnya mahasiswa menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman sebaya dan berusaha keras untuk dapat diterima dengan kelompok teman sebayanya walaupun melalui paksaan, godaan, bualan, atau penolakan untuk masuk dalam kelompok teman sebayanya (Michell & West, 1996). Sehingga mahasiswa yang tinggal terpisah dengan orang tuanya, contohnya dikost dengan lingkungan yang merokok cenderung akan mengikuti perilaku tersebut. Dalam penelitian Wong (2008) mengatakan bahwa keterlibatan orang tua dalam pendidikan di rumah, sekolah, dan lingkungan sosial anak berdampak pada regulasi diri, perkembangan dan prestasi akademis remaja

Lingkungan keluarga yang merokok juga dapat menyebabkan perilaku merokok seorang remaja jika terdapat salah seorang yang merokok dalam keluarga tersebut, seorang anak akan cenderung mengikuti perilaku dari orang tuanya, begitu juga anak kedua. Menurut penelitian Alfred Adler dalam

Naisaban (2004) mengatakan bahwa ciri anak kedua atau tengah adalah ambisius, berusaha melebihi kakaknya, cenderung memberontak atau iri hati, dapat menyesuaikan diri dengan baik dan mudah bekerja sama. Sehingga jika dalam keluarganya kakak atau orang tuanya merokok anak kedua cenderung mengikuti perilaku tersebut

Hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta telah dibuktikan dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat stres dan perilaku merokok mahasiswa, hasil pengolahan data dengan menggunakan uji Z diperoleh nilai Z sebesar 2.553 dengan nilai signifikansi (*p-value*) adalah 0.001. Hasil analisis data diperoleh nilai *p-value* lebih kecil dari 0.05 ($0.001 < 0.05$), sehingga keputusan uji adalah H_0 ditolak. Dalam penelitian ini juga didapatkan R square 0.436, artinya pengaruh tingkat stres terhadap perilaku merokok mahasiswa sebesar 43.6% dan sisanya dipengaruhi faktor lain. Hasil ini sesuai dengan penelitian Rohman (2006) di SMK Muhammadiyah 1 Kepanjen Kabupaten Malang mengatakan bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat stres dan tingkat perilaku merokok sehingga semakin tinggi tingkat stres seseorang maka perilaku merokok juga akan semakin meningkat.

Penelitian sejenis dilakukan oleh Kurnela (2014) di SMA Santun Untan Pontianak yang menyimpulkan terdapat korelasi yang positif antara tingkat stres dengan perilaku merokok.

Setelah dilakukan penelitian hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta peneliti beranggapan bahwa perilaku merokok mahasiswa bukan disebabkan oleh faktor lingkungan kampus karena terdapat larangan merokok dan bukan pula karena kurangnya pengetahuan tentang bahaya rokok hal ini dibuktikan responden adalah mahasiswa kesehatan, tetapi disebabkan oleh faktor psikologis. Hal ini sesuai dengan penelitian Nasution (2007) yang mengatakan bahwa ada beberapa faktor dan motif merokok tetapi paling

banyak disebabkan oleh faktor psikologis dan juga cara dalam mengatasi stres, semakin besar stres yang dialami, semakin banyak rokok yang dikonsumsi.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

- 5.1.1 Tempat tinggal mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terbanyak adalah tinggal di kost.
- 5.1.2 Urutan anak pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terbanyak adalah anak kedua.
- 5.1.3 Tingkat stres mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan 2013 yang terbanyak adalah tingkat stres ringan.
- 5.1.4 Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

5.2 Saran

5.2.1 Mahasiswa

Untuk para mahasiswa agar dapat mempelajari dan mengaplikasikan tentang mekanisme coping stres yang efektif, misalnya aktif di kegiatan organisasi dan berolah raga agar tidak mengalihkan stres pada perilaku yang merugikan seperti merokok

5.2.2 Universitas

Bagi pihak Universitas khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan agar dapat menjalankan bimbingan konseling bagi mahasiswa yang ingin berhenti merokok dengan mengoptimalkan mini hospital yang telah tersedia.

5.2.3 Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian ulang dengan mengembangkan variabel atau faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N. (2013). "Faktor-Faktor Psikologis yang Menentukan Perilaku Merokok Pada Mahasiswi Kedokteran di Universitas Hasanuddin Tahun 2013". *Skripsi* Makassar: Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin.
- Christyanti, D. (2010). Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya, *12*(03), 153–159.
- Dahlan, S. (2008). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan* (3rd ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Dayfiventy, Y., & Nurhidayah, R. E. (2012). Stressor dan coping mahasiswa pembelajaran kurikulum berbasis kompetensi fakultas keperawatan universitas sumatera utara, (2011), 6–12.
- Hartono, L. (2007). *Stres & Stroke Stres Satu Faktor Tambahan Penyebab Stroke*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kholish, N. (2011). *Kisah Inspirasi Perjuangan Berhenti Merokok*. Yogyakarta: Real Books.
- Komasari, D., Helmi, A. F. (2000). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, *1*, 37–47.
- Kurnela, S. (2014). "Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Di SMA Santun Untan Pontianak". *Skripsi*. Pontianak: Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura.
- Michell, L., West, P. (1996). Peer Pressure to Smoke: the Means Depends on the Method. *Health Education and Research*, *11*, 39–49.
- Molloy, A. (2010). *GET A LIFE Sukses di Tempat Kerja Bahagia di Rumah* (1st ed.). Jakarta: Raih Asa Sukses.
- Monks, F. (1991). *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya* (7th ed.). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Naisaban, L. (2004). *Para Psikolog Terkemuka Dunia (Riwayat Hidup Pokok Pikiran dan Karya)*. Jakarta: Grasindo.
- Nasution, I. K. (2007). *Perilaku Merokok Pada Remaja*. *Skripsi*. Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rohman, A. (2006). "Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Status Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja". *Jurnal Psikologi*, 1(1): 7-8
- Rosita, R. (2012). "Penentu Keberhasilan Berhenti Merokok Pada Mahasiswa". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 1–9.
- Safaria, T., Saputra, N. E. (2009). *Managemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. (F. Yustianti, Ed.). Jakarta: Bumi Aksara
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. (Wisnu, Kristiaji, & Y. Sumiharti, Eds.) (6th ed.). Jakarta: Erlangga.
- WHO. (2013). Tobacco Fact Sheet. Retrieved October 16, 2015, from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/en/index.html>
- Wong, M. M. (2008). Perceptions of Parental Involvement and Autonomy Support : Their Relations with Self-Regulation , Academic Performance , Substance Use and Resilience among Adolescents, *10*(3), 497–518.